

令和 7 年 9 月 献 立 表

上布田保育園

曜日		乳児 朝のおやつ	昼 食	お や つ	熱・力となる 食 品	血・骨・肉 となる食品	身体の調子を整える食品	延長おやつ
1	月	おせんべい 麦茶	わかめごはん（非常食） 沢煮碗 さばのみそ煮（非常食） 三色和え すいか	フルーツヨーグルト クラッカー（非） 麦茶	米 クラッカー	鶏肉 さば かつお節 ヨーグルト	炊き込みわかめ 大根 人参 干し椎茸 万能ねぎ ほうれん草 人参 もやし すいか フルーツ缶	菓子盛り合わせ 麦茶
2 16	火	ビスケット 麦 茶	ごはん みそ汁（里芋、しめじ、えのき） 豆腐ハンバーグ ひじきの煮もの ぶどう	シュガーサンド 牛 乳	米 里芋 パン粉 しらたき 食パン バター	木綿豆腐 鶏ひき 油揚げ 牛乳	えのき しめじ 人参 ねぎ ひじき ぶどう	ゼリー・果物 麦茶
3 17	水	クラッカー 麦 茶	もやしあんかけラーメン ジャーマンポテト パナナ	栗とココアのむしパン 牛 乳	中華麺 じゃが芋 小麦粉 ココア	豚肉 ベーコン 牛乳	もやし キャベツ にら 玉ねぎ 人参 しめじ 生姜 ピーマン パナナ 栗	メロンパン 麦茶
4	木	おせんべい 麦 茶	ハヤシライス ワンタンスープ ちりじゃこサラダ ヨーグルト	ぶどうゼリー おせんべい 牛乳	米 ハヤシルウ ワンタン アガー ジュース せんべい	豚肉 鶏ひき しらす ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム もやし 青梗菜 キャベツ 胡瓜 みかん缶	ラスク 麦茶
5 19	金	ビスケット 麦 茶	食パン もやしのカレースープ ポークチャップ 粉ふきいも パナナ	中華風炊き込みごはん 麦 茶	食パン カレー粉 バター じゃが芋 米 ごま油	ベーコン 豚肉 豚ひき	もやし 玉ねぎ セロリ にんにく 椎茸 青のり パナナ 筍 人参	ゼリー・菓子 麦茶
6 20	土	クラッカー 麦 茶	肉うどん（豚、大根、人参、油揚げ、葱、青梗菜） 厚揚げのそぼろ煮 くだもの	ホイップクリームパン 牛 乳	うどん ホイップクリーム パン	豚肉 油揚げ 豚ひき 厚揚げ 牛乳	大根 人参 ねぎ 青梗菜 生姜 にんにく くだもの	
8 22	月	クラッカー 麦 茶	十六穀米ごはん けんちん汁 めだいの磯辺焼き おからの炒り煮 ぶどう	きな粉ラスク 牛 乳	米 十六黒米 里芋 食パン バター ごま油	木綿豆腐 めだい おから 鶏肉 きな粉 牛乳	大根 人参 ごぼう 青のり 椎茸 ねぎ ぶどう	菓子盛り合わせ 麦茶
9 30	火	おせんべい 麦 茶	ごはん みそ汁（なす、えのき、油揚げ） 肉豆腐 中華きゅうり 梨	バナナクッキー 牛 乳	米 バター 小麦粉 ごま油	油揚げ 豚肉 木綿豆腐 車麩 牛乳	なす えのき 玉ねぎ 人参 ねぎ ほうれん草 胡瓜 梨 パナナ	スティックパン 麦茶
10 24	水	クラッカー 麦 茶	きのこうどん（鶏肉、人参、しめじ、えのき、なめこ、油揚、葱） 竹輪の磯辺揚げ（0～2歳かはい） 花豆（非常食） パナナ	⑩ミルクもち 麦茶 ②④二色おはぎ 牛乳	うどん 小麦粉 ⑩片栗粉 ②④米 もち米	鶏肉 油揚げ 竹輪（幼児） かはい（乳児）花豆 牛乳 ⑩きな粉、小豆	人参 しめじ えのき なめこ ねぎ 青のり パナナ	ゼリー・果物 麦茶
11 25	木	おせんべい 麦 茶	ごはん みそ汁（青梗菜、厚揚げ） 鶏の唐揚げ こんにゃくのナムル（糸こん、もやし、人参） ぶどう	スイートポテト 牛 乳	米 糸こん さつま芋 バター ごま油	厚揚げ 鶏肉 牛乳	青梗菜 生姜 もやし 人参 にんにく ぶどう	ラスク 麦茶
12 26	金	ビスケット 麦 茶	バーガーパン かぶとベーコンのスープ キャベツハンバーグ マカロニカレーサラダ パナナ	夕焼けおにぎり 麦 茶	パン パン粉 マカロニ マヨドレ カレー粉 米	ベーコン 豚ひき 木綿豆腐 ハム しらす	かぶ 玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 パナナ	ゼリー・菓子 麦茶
13 27	土	クラッカー 麦 茶	みそ煮込みうどん（豚、人参、白菜、大根、ねぎ、生姜） かぼちゃの甘煮 くだもの	クロワッサン 牛 乳	うどん クロワッサン	豚肉 牛乳	人参 大根 ねぎ 白菜 生姜 かぼちゃ くだもの	
⑮18	木	おせんべい 麦 茶	くりごはん すまし汁（花麩、みつば、えのき） ヤンニョムチキン 三色和え 梨	さつま芋プリン 牛 乳	米 アガー さつま芋 ホイップクリーム	花麩 鶏肉 かつお節 牛乳	栗 みつば えのき にんにく 人参 もやし ほうれん草 梨	ラスク 麦茶
29	月	ビスケット 麦 茶	ごはん 沢煮碗（鶏、人参、大根、ごぼう、椎茸、ねぎ） さばの塩焼き 青梗菜とハムのナムル りんご	コーントースト 牛 乳	米 食パン マヨドレ	鶏肉 さば ハム 牛乳	大根 人参 ごぼう 干し椎茸 万能ねぎ もやし 青梗菜 ねぎ りんご コーン缶	菓子盛り合わせ 麦茶

暑い暑い夏でした。プールや海に行
ったことや家族で楽しいお出かけを
したこと、おばあちゃんのお家に泊
まったことなど沢山教えても

らいました！


今月は秋の味覚も少しずつ取り入れ
ています。～さば、きのこ、なす
栗、里芋、梨、ぶどうなど～



9月1日は「防災の日」。保育園で
備蓄している非常食を使った給食と
おやつにしています。今年はアルフ
ア米とさばのみそ煮缶とクラッカー
を使います。
ご家庭で非常食の準備などしてい
ますか？年に一度、この時期に見
直してみませんか？

赤ちゃんがいる家庭は、ミルクや
ベビーフード、赤ちゃんせんべい
なども用意しておくとう安心ですね。



今月の平均給与量		
	乳児	幼児
エネルギー	507kcal	569kcal
たんぱく質	18.5g	21.7g
脂質	17.5g	18.9g

6日（土）・・・さくら組の日・・・楽しい日になりますように♡



18日（木）・・・誕生会・・・秋の味覚の栗ご飯と人気のヤンニョムチキン、新メニューのさつま芋プリンでお祝いします♡

＊食べたことのない食材がある場合は家庭で複数回食べるようにしてください。

＊都合により内容が変更になる場合があります。

